

JAK ŻYĆ PIĘKNIEJ, **LEPIEJ I RADOŚNIEJ?**

BEZPŁATNY MIESIĘCZNIK

Dla ciała *i Duszy*

www.dlacialaiduszy.pl

Nr 8 (8) 09/2019



afirmacje

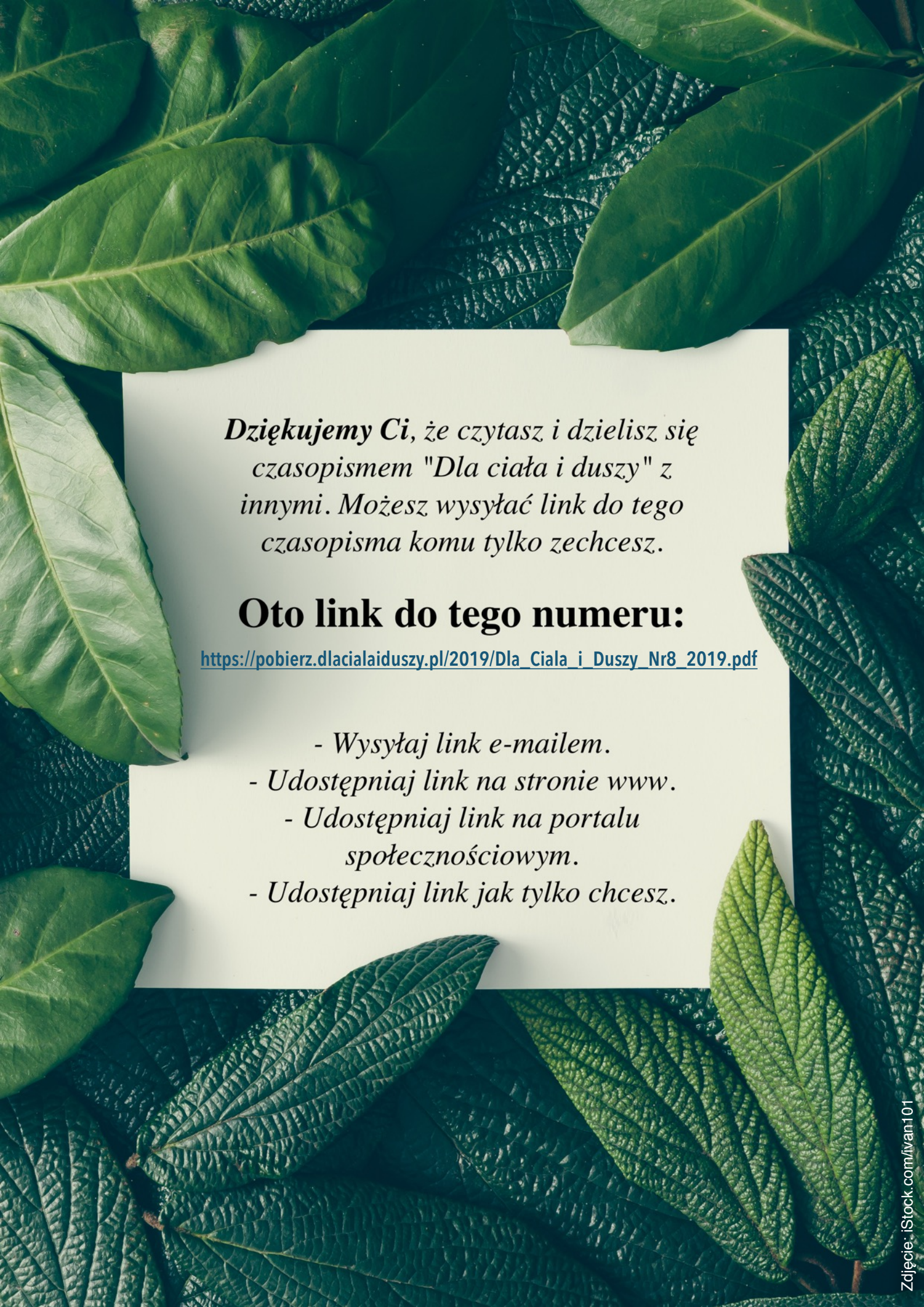
**HARMONIJNE
RELACJE Z
LUDŹMI**

**POSŁUCHAJ
MP3**

**ZIOŁOWE
WSPARCIE NA
JESIEŃ**

super

NAJWIĘKSZA TAJEMNICA PRZEBACZENIA SOBIE I INNYM

The background of the entire page is a close-up photograph of various green leaves. Some leaves are smooth and have prominent veins, while others are more textured and serrated. The leaves are arranged in a way that they frame the central white text area.

*Dziękujemy Ci, że czytasz i dzielisz się
czasopismem "Dla ciała i duszy" z
innymi. Możesz wysłać link do tego
czasopisma komu tylko zechcesz.*

Oto link do tego numeru:

[https://pobierz.dlacialaiduszy.pl/2019/Dla Ciala i Duszy Nr8 2019.pdf](https://pobierz.dlacialaiduszy.pl/2019/Dla_Ciala_i_Duszy_Nr8_2019.pdf)

- Wysyłaj link e-mailem.
- Udostępniaj link na stronie www.
- Udostępniaj link na portalu społecznościowym.
- Udostępniaj link jak tylko chcesz.

D

www.dlacialaiduszy.pl
Nr 1 (1) 02/2019

Jak otrzymywać bezpłatne czasopismo?

1 Zapisz się do Newslettera

dlacialaiduszy.pl/newsletter

lub

2 Odwiedź nas na Facebooku

facebook.com/dlacialaiduszy

lub

3 Wejdź na stronę www

dlacialaiduszy.pl



Witam Cię serdecznie
w pierwszym jesiennym wydaniu
naszego bezpłatnego
czasopisma internetowego
„Dla ciała i duszy”.

Co ciekawego znajdziesz
w tym numerze?

Jakiś czas temu w naszym **studiu
nagrań** stworzyliśmy utwór, który
zawiera w sobie specjalne dźwięki
poprawiające nastrój. Mamy nadzieję, że
umili Ci jesienny czas.

W tym numerze przeczytasz też ciekawy i inspirujący artykuł
Jak żyć piękniej, lepiej i radośniej?

Znajdziesz kolejne artykuły z cyklów ***Uzdrawianie domów i
mieszkań*** oraz ***Duchowe Odchudzanie***, a także coś dla
wielbicieli numerologii.

Poznasz ***najskuteczniejszy sposób na zmiany w otoczeniu***
i odkryjesz z nami ***największą tajemnicę przebaczenia sobie
i innym.***

Jesień to dłuższe wieczory, ciepła herbata, interesująca
książka, koc... Ale to również chłodniejsze dni, na które
warto się przygotować. Pomoże Ci w tym nasz artykuł
Ziołowe wsparcie na jesień.

Zapraszam.

Sławomir Mika
Redaktor Naczelny
„Dla ciała i duszy”

W numerze

UZDRAWIANIE SIEBIE

- Audio** 7 Muzyka dla ciała i duszy -
Muzyka na dobry nastrój
- Audio** 8 Afirmacje audio dla ciała i
duszy - Harmonijne relacje z
ludźmi
- 9 Jak żyć piękniej, lepiej i
radośniej?
- 14 Siła słów - Klucz do serca
Artykuł promocyjny
- 19 Jak poczuć się w pełni
bezpiecznie?
-

RELACJE Z LUDŹMI

- 27 Największa tajemnica
przebaczenia sobie i innym
-

RELACJE ZE ŚWIATEM

- 32 Najskuteczniejszy sposób na
zmiany w otoczeniu
-

CIAŁO I ZDROWIE

39 Ziołowe wsparcie na jesień

ANALIZA DUCHOWA

52 Numerologiczna Trójka - kim jest?

DUCHOWE ODCHUDZANIE

43 Najpotężniejsze narzędzia przemiany życia i ciała - Afirmacje część 1

UZDRAWIANIE DOMÓW I MIESZKAŃ

56 Emitery pozytywnych energii i miejsca mocy

BOGACTWO I SUKCES

47 Gdzie zaczyna się bogactwo i jak się tam dostać?

Dla ciała i duszy

Muzyka na Dobry Nastrój

Uwielbiamy dzielić się z Tobą naszymi nagraniami
i cieszymy się, kiedy sprawiają Ci radość. Tym razem
z naszego studia nagrań utwór, który zawiera w
sobie specjalne dźwięki poprawiające nastrój.

autor i wykonawca
Sławomir Mika

WŁĄCZ DŹWIĘKI



Afirmacje audio dla ciała i duszy

Harmonijne Relacje z Ludźmi

Myśli tworzą rzeczywistość. Spaceruj,
biegaj lub ćwicz słuchając pozytywnych
afirmacji. Korzystaj z potężnej mocy
kreatywności swojego życia!

WŁĄCZ AFIRMACJE



Jak żyć piękniej, lepiej i radośniej?

Jeśli czasem bardzo się starasz, a niewiele z tego wychodzi. Jeśli sądzisz, że marzenia Ciebie pomijają. Jeśli w głębi duszy chcesz żyć piękniej, lepiej, radośniej, to mam dla Ciebie dobrą wiadomość.

Cały Wszechświat istnieje po to, by przyciągać Cię do pełni szczęścia, radości, miłości i spełnienia!

W każdej chwili masz w sobie wszystko, co potrzebne, by osiągnąć każde swoje marzenie i

zrealizować każdy swój cel. W rzeczywistości nie ma przeszkód. Są tylko materializacje Twoich własnych blokad oraz ograniczeń.

Tylko Twoje lęki sprawiają, że pojawiają się w Twoim życiu zagrożenia. Tylko Twój opór sprawia, że Twoje marzenia jeszcze się nie urzeczywistniły.

Dlatego jeśli chcesz z łatwością realizować swoje plany i spełniać swoje marzenia jedno po drugim, to Twoim podstawowym zadaniem jest usunięcie wszelkich swoich wewnętrznych blokad i ograniczeń związanych z tymi marzeniami.

Odnajdź i usuń te blokady i ograniczenia, a już nic nie stanie Ci na przeszkodzie!

Ale jak je odnaleźć? Czy wiesz jak to zrobić? Czy potrafisz? Oczywiście, że potrafisz! A jak? Zaraz Ci pokażę!

Oto sposób. Wykonaj go dokładnie krok po kroku:

1. Zamknij oczy.

2. Weź 10 głębokich oddechów.

3. Wyobraź sobie swoje marzenie albo swój cel.

4. Obserwuj przez chwilę co czujesz!

5. Zapisz wszystkie swoje negatywne odczucia, które się pojawiły!

Wykonując to ćwiczenie na początku będziesz czuł się świetnie. Ale wyobrażaj sobie swój cel lub swoje marzenie i obserwuj swoje odczucia przez minimum 10 minut. Zapisuj każdą negatywną myśl. Każdą pojawiającą się wątpliwość.

Pamiętaj, że jeśli nie masz jeszcze tego, czego pragniesz, to musi istnieć w Tobie jakiś lęk, opór, blokada lub ograniczenie, które uniemożliwia Ci osiągnięcie Twojego celu. Nie ma innej możliwości.

Bo jeśli w Twojej podświadomości nie istniałyby żadne blokady i ograniczenia, to Twoje marzenie już teraz byłoby zrealizowane. I tak będzie już niebawem!

A wracając do naszego ćwiczenia... Dzięki niemu przestaniesz się buntować przeciwko światu, a zaczniesz rozumieć, że wszystko pochodzi od Ciebie. Poznasz to, co Cię ogranicza.

Zapisując wszelkie negatywne myśli, odczucia i skojarzenia, które pojawiają się u Ciebie podczas wizualizacji Twojego marzenia,

odkryjesz jedna po drugiej wszelkie blokady, które to marzenie w Tobie ograniczały.

A kiedy już je odkryjesz, trzeba byś wszystkie je po kolei i bez wyjątku uzdrowił i usunął ze swojego umysłu.

Nie zajmuj się jednak wszystkimi tymi blokadami naraz, lecz po kolei, jedna po drugiej. Tak będzie Ci łatwiej i przyjemniej, a cały proces, zaufaj mi, pójdzie Ci dużo szybciej.



Ale jak to zrobić? Jak uzdrowić i usunąć ze swojego umysłu wszystkie blokady i ograniczenia, które uniemożliwiały Ci realizację Twojego marzenia? To bardzo proste.

Każdą negatywną myśl, każde negatywne wyobrażenie przemień w pozytywną myśl i pozytywne wyobrażenie. To wystarczy.

Na przykład jeśli Twoim marzeniem jest własne mieszkanie i podczas wyobrażania sobie tego przychodzi do Ciebie myśl, że na nie nie zasługujesz, to Twoją pierwszą blokadą do realizacji Twojego marzenia jest przekonanie niezasługiwania na własne mieszkanie. Dlatego, by pozbyć się tej pierwszej blokady, trzeba być afirmował:

Ja (Twoje imię) zasługuję na własne mieszkanie.

Afirmuj tak długo, aż Twoja podświadomość w pełni zaakceptuje tę nową myśl. Poznasz to, po tym, że w czasie afirmowania nie będą pojawiać się już u Ciebie żadne negatywne myśli ani skojarzenia. Kiedy tak się stanie, wróć znowu do wyobrażania sobie swojego marzenia lub celu i zobacz czy coś negatywnego jeszcze Ci się pojawi. Jeśli tak, to powtórz te same działania.

I tak aż do skutku, czyli do usunięcia wszystkich przeszkód stojących na drodze do realizacji Twojego marzenia.

A jeśli wykonasz to ćwiczenie dla kilku swoich marzeń jednocześnie, stanie się coś niezwykłego!

Zauważysz, że Twoje wątpliwości ciągle mówią o tym samym! To powtarzające się informacje, które mówią Ci o Twoim największym ograniczeniu!

Od tego momentu staniesz się prawdziwie świadomy siebie i swoich największych ograniczeń! Poznając siebie, nabierzesz mocy przemiany wszystkiego, co Ciebie dotyczy. Staniesz się mistrzem swojego życia.

Seans. Relaksacyjny

Położ się wygodnie. Załóż słuchawki i przenieś się nad piękny ocean. Doświadcz uzdrawiającej energii relaksu i przyjemności. Seans dostępny dla czytelników Newslettera czasopisma "Dla ciała i duszy".

Sławomir Mika

DOŁĄCZ DO NEWSLETTERA



Siła słów

- Klucz do serca



Słowa, które wypowiadamy - mają moc. Bez względu czy wierzymy w to, czy nie. Zmaterializowany dźwięk naszego wewnętrznego świata stanowi manifest

naszych uczuć, pragnień oraz najskrytszych trosk. Za pomocą słów wyrażamy to, kim jesteśmy na najwyższym poziomie.

Słowa to energia o niezwykłej sile. Wypowiadane w odpowiedni sposób są w stanie poruszyć w drugim człowieku najgłębsze obszary jego istoty. Słowa mogą budować, wzmacniać, inspirować, podnosić, ale także zachwiać naszym ja. Dlatego tak ważna jest świadomość, w jaki sposób się nimi posługujemy. Nie tylko w stosunku do innych ludzi, ale również w odniesieniu do nas samych.

Najczęściej jednak tej wiedzy nam brak. Działamy i mówimy automatycznie bez refleksji, nie zastanawiając się jakie skutki możemy spowodować. Słowa usłyszane od ważnych dla nas osób nosimy w sobie przez całe życie. Za pomocą tych słów tworzymy naszą rzeczywistość, a więc głęboka odpowiedzialność spoczywa na władających mową.

Słowa jako źródło świadomości, zmian i rozwoju

Pod wpływem energii słów nasze ciało wibruje adekwatnie do ich ładunku emocjonalnego. Nasze ciało w kilkudziesięciu procentach

składa się z wody, a więc staje się plastyczne w stosunku do ludzkiej mowy. Emocje, czyli nasza woda może przybierać konkretną konsystencję oraz temperaturę.

Nie bez znaczenia jest również źródło słów - decyduje ono o sile przekazu. Dobrze, abyśmy zadali sobie pytanie: skąd przychodzą do mnie moje słowa? Czy są manifestacją mojego serca, głosem duszy, czy projekcją umysłu? Istotne, aby utrzymać nie tyle świadomość procesu ich powstawania, ile intencjonalnie nimi kierować.

Słowa, których używamy bezpośrednio wpływają na naszą rzeczywistość. To jak mówimy, pokazuje nam ile szacunku i miłości mamy do siebie. Nie chodzi tu wcale o wyszukane słownictwo i przeintelektualizowaną przaśność, ale o prostotę w swej najczystszej postaci. O używanie tych kilku podstawowych zwrotów: Kocham Cię, Dziękuję, Proszę i Przepraszam. Ale także o mówienie w sposób utkany ze zrozumienia, akceptacji i miłości.

Nawet jeśli tego wszystkiego nam brakuje, to mową jesteśmy w stanie odwrócić bieg rzeki i niczym feniks z popiołów odrodzić się na nowo.

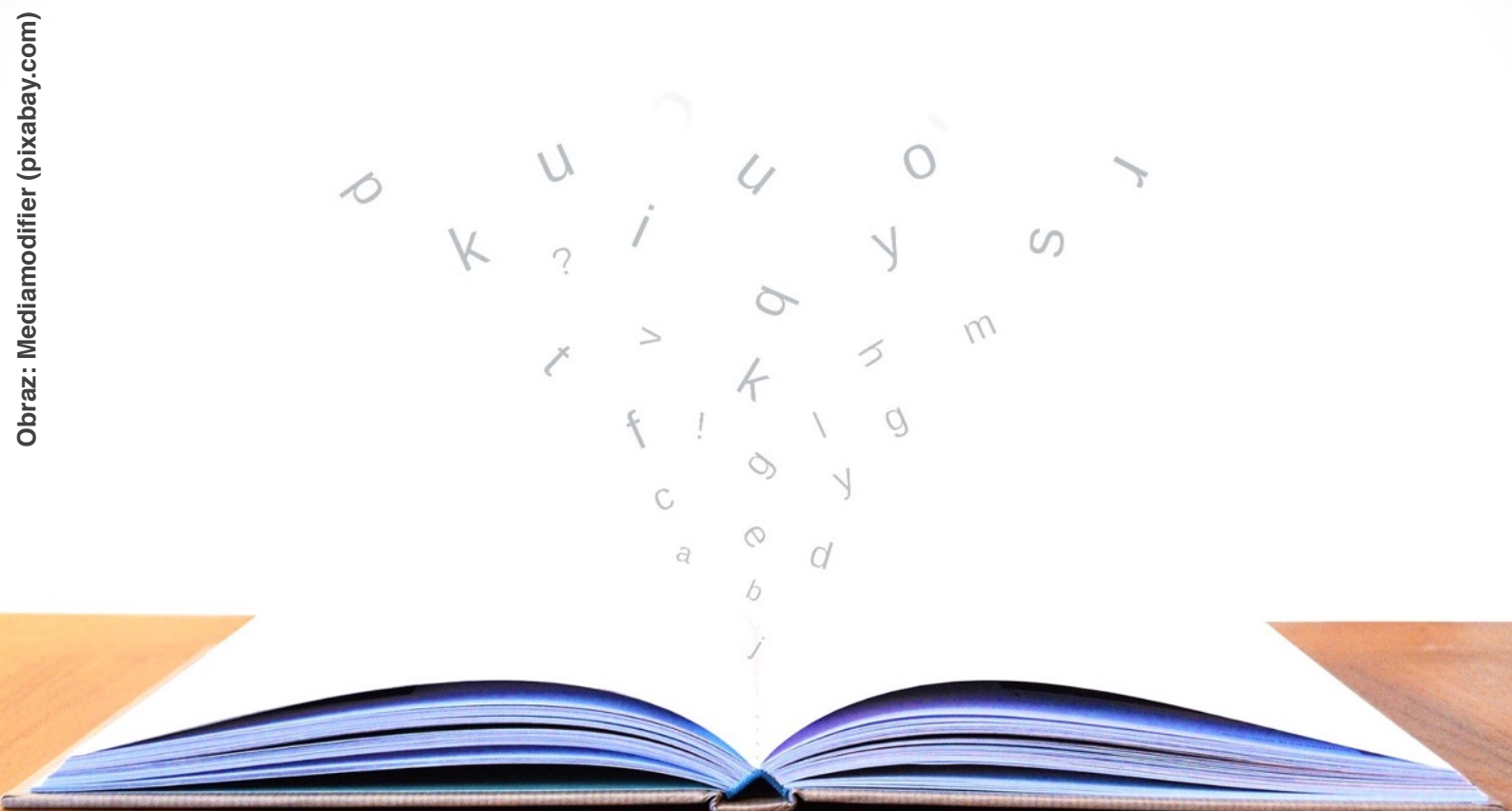
Chwila obecna zawsze wystawi rachunek przyszłości, aby za chwilę stać się wiecznie żyjącą historią wzmacnianą słowami, która nieprzerwanie wylewa się z ludzkich istnień. Weźmy więc odpowiedzialność za siebie i za świat, który nas wychował. Pamiętając, że nasze słowa idą w przestrzeń, aby dla nas pracować i wracają z konkretnym rezultatem w inne miejsce i czas.

Mówmy to, co sami chcielibyśmy usłyszeć. Mówmy o rzeczach, które pragniemy, aby działały się w naszym życiu. Mówmy z serca jak najczęściej. Wyrażając bezwarunkowe wsparcie i miłość,

która nie kupczy, nie jest zachłanna, ale jest cierpliwa i ufna.

Mów pięknie. Słowa, które otwierają serce

Gdy mówimy do drugiej osoby, to nie tylko wyrazy mają znaczenie, ale również ton głosu, który sprawia, że za pomocą słów chcemy wyrazić dokładnie to, co chcemy powiedzieć. To wszystko razem ma niezwykle wpływ na naszych rozmówców, słuchaczy i nas samych. Nasze słowa mówią o nas wszystko i nieważne jak bardzo chcielibyśmy się za nimi ukryć, to i



tak prawda znajduje się na wyciągnięcie ręki. Pytanie tylko, czy chcemy ją dostrzec?

Bądźmy świadomi! Zanim cokolwiek powiemy – pomyślmy, jak to może wpłynąć na świat drugiej osoby. Bądźmy odpowiedzialni! Magia słów, to potężne narzędzie czyni nas ludźmi i może wszystko. Bądźmy mądrzy! Słowo niesie ładunek naszych wewnętrznych doświadczeń, za jego pomocą opisujemy to, co dzieje się w nas.

Zwróćmy uwagę na słowa, które wypowiadamy w ciągu dnia. Co mówimy do siebie, co do swojego partnera, dzieci, rodziny, przyjaciół? Jakich zwrotów używamy najczęściej, a czego jest stosunkowo za mało w naszym codziennym słowniku? Czy to, co mówimy w rzeczywistości należy do nas? Czy może przemawia przez nas nasza matka, ojciec, nauczyciel lub szef? Sprawdźmy, kto przez nas mówi i dlaczego to robi!

Nauczmy się używać odpowiednich słów. Ich moc może stwarzać i budować życia, pielęgnować relacje i uskrzydlać, dając nadzieję, która może przenosić góry. Mówienie z miłością nie zawsze przychodzi łatwo, czasem czujemy, że jest to wręcz niemożliwe. Zwłaszcza kiedy wydaje się nam, że świat wysłał nas na wojnę, a nasze serca popękały od licznych ciosów. Paradoksalnie, kiedy upadamy a następnie powstajemy z kolan, to mamy w sobie wiele odwagi oraz determinacji, aby stać się świadectwem czystej miłości. Wyrażonej w słowach, gestach i ekspresji całego ciała.

Stań przy lustrze - zobacz kim dzisiaj jesteś. Co dajesz sobą światu, a zrozumiesz wtedy dlaczego otrzymujesz, to co otrzymujesz.

Autor: Dudczak Elżbieta

Reklama



Elżbieta Dudczak
BIOTERAPIA, MEDYCYNĄ
HOLISTYCZNA
Kalisz

tel. 602 297 656

elzbieta.dudczak@aqabal.pl

www.aqabal.pl

Razem tworzymy czasopismo!



Jesteśmy by łączyć i obdarzać wspaniałych ludzi!

- Napisz czego chcesz w czasopiśmie więcej?
- **Opisz, jak chcesz z nami współpracować?**

Napisz do nas:
poczta@dlacialaiduszy.pl

Jak poczuć się w pełni bezpiecznie?

**Świat Ci sprzyja i jest po Twojej stronie.
Każdego dnia możesz doświadczać tu
tego, co najlepsze. Właśnie po to jesteś.**

Ale masz też moc w sobie. To moc,
która tworzy, materializuje i
kształtuje Twoją rzeczywistość, Twój

świat. Ta moc, materializuje to, co
jest w Tobie. Nie wszystko, ale
materializuje Twoje najsilniejsze

przekonania, nastawienia i wyobrażenia.

Jeśli w Twoim życiu powstaje zagrożenie, to znak, że je materializujesz. To znak, że Twoje wyobrażenia, nastawienia i intencje wymagają oczyszczenia oraz uzdrowienia.

Świat zawsze wzmacnia i będzie wzmacniał to, co w Twoim wnętrzu.

Dlatego szybko zauważysz, kiedy coś w Twoim wnętrzu się zmieni. Już to zauważasz. Spójrz na swoje życie, zobacz jak na przestrzeni lat zawsze materializowały się Twoje najsilniejsze przekonania, nastawienia i wyobrażenia.

Ale to wszystko jest jednocześnie Twoim szczęściem. Ta moc, którą dysponujesz działa zawsze dla Ciebie. Zgodnie z Twoim wnętrzem. Wykorzystaj to. Wszechświat

jest po Twojej stronie i zawsze będzie.

Jedynе co musisz zrobić, to uzdrowić swoje wnętrze. Uzdrowić swoje wyobrażenia i intencje.

To one czasem Ci przeszkadzają. Uzdrowione wnętrze będzie materializowało to, o czym marzysz,

co zawsze chciałeś osiągnąć. Ale zacznij od swojego bezpieczeństwa. Zacznij od doskonałego bezpieczeństwa zawsze i wszędzie.

Powtarzaj sobie, że jesteś bezpieczny.

Afirmuj, że

Wszechświat doskonale się Tobą opiekuje i jest po Twojej stronie. To prawdziwe myśli, które Ci pomogą!

Dzięki nim poczujesz się bezpiecznie. A kiedy poczujesz się bezpiecznie, zaczniesz realizować to, o czym marzyłeś. Kiedy czujesz się bezpiecznie świat stoi przed Tobą otworem. Jesteś w stanie osiągnąć wszystko i nic Cię nie zatrzyma. Nic Ci nie przeszkodzi. Uświadom sobie swoje bezpieczeństwo. Uświadom sobie

doskonałą opiekę Wszechświata.
Przyjmij ją. Zadziała!

**Najważniejsze jest poczucie
bezpieczeństwa i zaufanie w
opiekę i ochronę Wszechświata.
Kiedy się je w sobie ugruntuje, to
realnie zaczynają one działać.**

Skoro chcesz poczuć się w końcu w
pełni bezpiecznie i swobodnie, to

znak, że proces oczyszczania już się
w Tobie rozpoczął. Inaczej taka chęć
by się w Tobie w ogóle nie pojawiła.

Warto przy tym byś pamiętał, że

**strach jest tylko wynikiem źle
zrozumianej rzeczywistości.**

Często przejmujemy strach od
otoczenia. Zamiast więc szukać w



swoim świecie zagrożeń, warto szukać dowodów na swoje bezpieczeństwo, a takich dowodów jest wiele. Wynikają one z tego, że jesteś jednością z doskonałym bezpieczeństwem, miłością i harmonią Wszechświata.

Przekonanie o nieograniczonej opiece i ochronie, otacza Cię tą opieką i ochroną.

Wszelkie lęki pojawiają się tylko wtedy, kiedy w podświadomości istnieje przyczyna lęku. A przyczyną lęku są głównie negatywne wyobrażenia o świecie, ludziach, pracy, sobie itp.

Możesz sprawdzić, która z powyższych dziedzin generuje u Ciebie najwięcej lęku. Będzie to dziedzina, którą w pierwszej kolejności trzeba oczyścić i wypełnić pozytywnymi wyobrażeniami, czyli odwrotnością tego, czego się boisz.

Przyczyny lęków, czyli Twoje silne, negatywne, emocjonalne wyobrażenia bardzo często wiążą się z różnymi wspomnieniami. Niekoniecznie musisz jednak pamiętać, o jakie wspomnienia chodzi. Nie ma to większego znaczenia. Wystarczy, że spiszesz na kartce wszystkie swoje lęki oraz to, czego one dotyczą. Potem zamień te treści na odwrotne, czyli pozytywne. Dla przykładu:

Jeśli boisz się ludzi, afirmuj:

Ja (Twoje imię) czuję się całkowicie bezpiecznie wśród innych ludzi w każdej sytuacji.

Lub jeśli boisz się o przyszłość, to afirmuj:

Doskonała miłość i harmonia, która przenika wszystko,

Lęki zawsze znikają, kiedy znika ich przyczyna.

gwarantuje mi wspaniałą i cudowną przyszłość, więc mogę się rozluźnić, mogę się odprężyć.

W ten sposób stworzysz sobie zbiór pozytywnych wyobrażeń, które rozpuszczą Twoje wyobrażenia negatywne. Wystarczy tylko parę razy dziennie przypominać sobie te pozytywne wyobrażenia, poczuć je, wyobrazić je sobie i będzie dobrze.

Z każdym dniem będzie coraz lepiej.

Oczywiście podświadomość przywiązana do dawnych wzorców będzie czasem powracała do starych lęków, ale będzie to coraz rzadziej i słabiej. Ważne, żebyś systematycznie przypominał sobie te nowe, pozytywne wyobrażenia. Systematyczność jest tutaj niezbędna, a cały proces jest już



dość prosty. Wystarczy wykonać powyższe kroki i wykazać odrobinę cierpliwości.

I jeszcze jedno, żeby w ogóle mieć na to wszystko energię, zrób sobie codziennie 10-minutową sesję oddechową. Oddychaj w tym celu przez 10 minut w sposób połączony, czyli tak, by nie było przerwy między Twoim wdechem i wydechem. Oddech ma być pogłębiony.

Lęki o Twoje bezpieczeństwo znikną, kiedy zaczniesz wykonywać te proste ćwiczenia bezpieczeństwa.

Jedno z nich polega na tym, że w stanie relaksu i odprężenia dziękujesz kochającemu Wszechświatowi, że doskonale Cię prowadzi, ochrania, że doskonale się Tobą opiekuje. Kiedy to robisz, to zaczyna to wszystko realnie działać w Twoim życiu.

Innym świetnym sposobem na ugruntowanie w sobie poczucia bezpieczeństwa jest głęboka

wizualizacja, czyli taka, która odbywa się poza obrazami.

Ważniejsze jest tu czuć niż widzieć.

Wszystko, co sobie wyobrażasz ma tylko jeden cel. Wywołać w Tobie głębokie uczucie efektu. Czyli jeśli chcesz dostroić się do uczucia doskonałego bezpieczeństwa, to możesz sobie wyobrazić scenę, która z bezpieczeństwem Ci się kojarzy. Ale możesz też od razu wyobrazić sobie konkretne odczucie, o które Ci chodzi i skrócić sobie drogę.

Głęboka wizualizacja nie polega na obrazach, ale na wywoływaniu skutku, czyli konkretnego uczucia.

Obrazy są tylko narzędziem. Jeśli potrafisz wywołać w sobie głębokie uczucie doskonałego bezpieczeństwa bez wizualizacji obrazu, to świetnie. Obraz nie jest Ci konieczny.

No i warto, byś przestał tworzyć zagrożenia dla siebie oraz innych. Jeśli chcesz być bezpieczny, musisz przestać koncentrować się na zagrożeniach i obsesyjnie o nich myśleć. W zamian za to twórz świadomość bezpieczeństwa, mów o bezpieczeństwie, myśl o bezpieczeństwie.

Zasługujesz na poczucie doskonałego bezpieczeństwa.

Bezpieczeństwo jest dla Ciebie naturalne i masz go doświadczać zawsze i wszędzie.

Im pełniej czujesz się bezpiecznie, tym mniej pojawia się sytuacji, w których mogłoby Ci coś zagrażać. Podobnie jest z każdym innym uczuciem, jak swoboda, wolność, zdrowie, niezależność, niewinność, miłość, przebaczenie itd.



+

Dodaj swoją reklamę
Napisz do nas na adres:
poczta@dlacialaiduszy.pl

Newsletter

Dołączając do Newslettera czasopisma "Dla ciała i duszy" otrzymasz wszystkie numery naszego bezpłatnego czasopisma oraz dodatkowo seanse relaksacyjne mp3, dekrecje afirmacyjne mp3, muzykę relaksacyjną i wiele więcej.

[DOŁĄCZ DO NEWSLETTERA](#)



Największa tajemnica

przebaczenia sobie i innym

**Prawdziwe przebaczenie to dar,
który umożliwia budowanie zdrowych
i harmonijnych relacji z otoczeniem
oraz sobą samym.**

Bez przebaczenia innym nie jesteś
w stanie tworzyć udanych związków
partnerskich, relacji rodzinnych,

pracowniczych, czy przyjacielskich.
Bez prawdziwego głębokiego
przebaczenia sobie nie jesteś w

stanie zbudować zdrowej samooceny, ani prawdziwie pokochać siebie.

Dzieje się tak dlatego, że

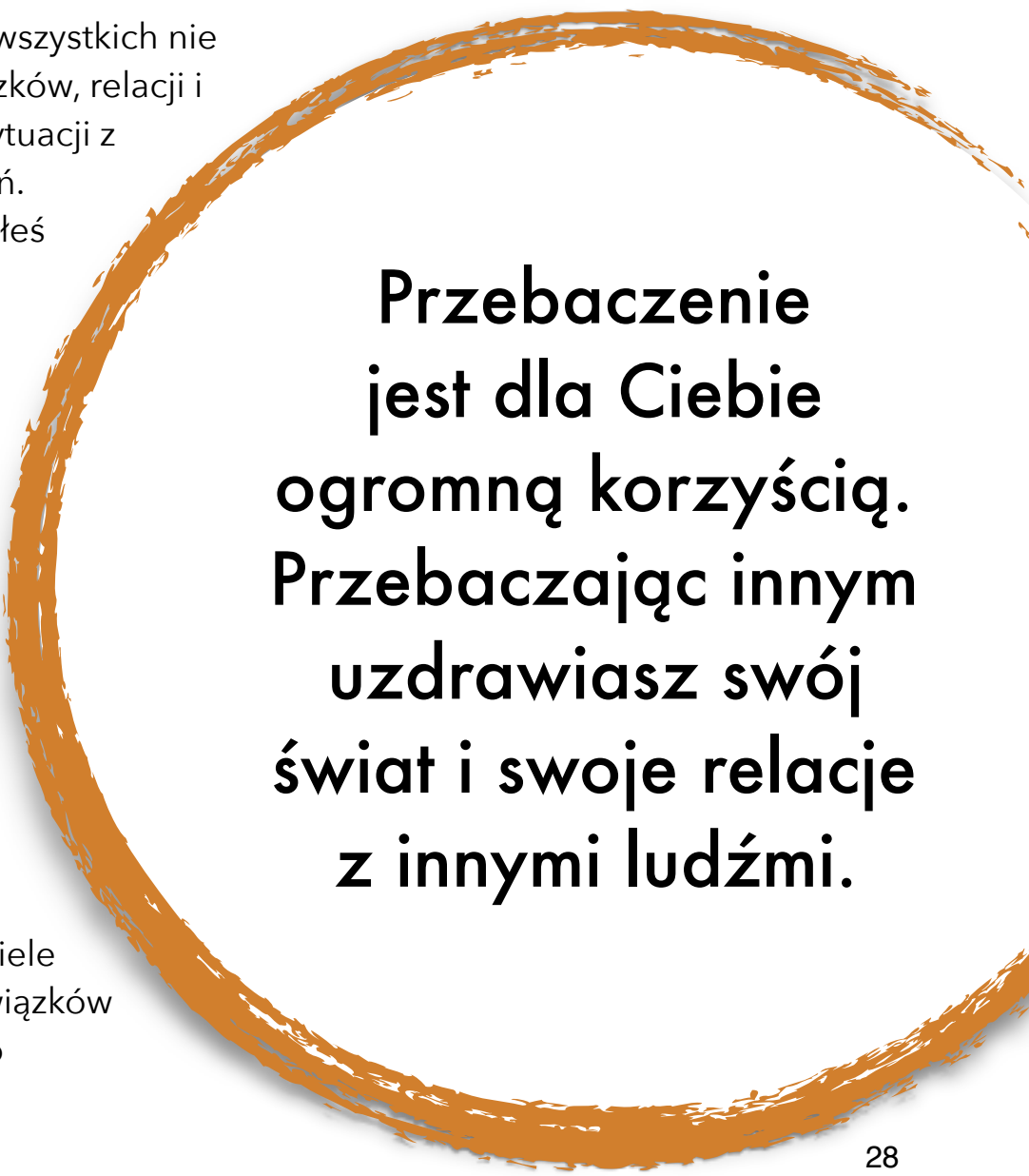
na Twoje obecne związki i relacje z innymi ludźmi, a także na Twój stosunek do samego siebie, mają wpływ wszystkie dotychczasowe, niedokończone związki, relacje i sytuacje, w których sobie lub komuś czegoś nie przebaczyłeś.

Dotyczy to również wszystkich nie dokończonych związków, relacji i nie uzdrowionych sytuacji z poprzednich wcieleń.

Kiedy nie przebaczyłeś czegoś swojemu dawnemu partnerowi, tak naprawdę ten żal jest w Tobie wciąż żywy, mimo że już dawno z tą osobą nie jesteś. I teraz mniej lub bardziej świadomie przenosisz ten żal na wszystkich swoich kolejnych partnerów. Dlatego właśnie być może wiele Twoich kolejnych związków rozpadało się z tego

samego powodu lub pojawiały się w nich podobne problemy. To nie był przypadkowy zbieg okoliczności.

Tak samo sytuacja wygląda w przypadku braku wybaczenia i wciąż podtrzymywanych żalów do rodziców, czy innych bliskich osób. Żale te, ciągle żywe, przenoszone są na kolejne bliskie Ci osoby, zaburzając Twoją harmonię w relacjach z nimi.



**Przebaczenie
jest dla Ciebie
ogromną korzyścią.
Przebacząc innym
uzdrawiasz swój
świat i swoje relacje
z innymi ludźmi.**

Tak naprawdę, kiedy nie chcesz komuś czegoś przebaczyć, to najbardziej krzywdzisz tym samego siebie. Nieustannie dźwigasz na swoich barkach ogromny balast, jakim są żale i pretensje do innych ludzi.

Przebaczenie jest niezwykle łatwe i stanie się dla Ciebie wręcz naturalne, kiedy zrozumiesz pewne zasady funkcjonowania Wszechświata i otaczającej Cię rzeczywistości.

Żal i nieumiejętność przebaczenia zabierają Ci potężną dawkę energii, której przestaje w końcu wystarczać na to, byś mógł cieszyć się tym, co radosne i dobre w Twoim życiu.

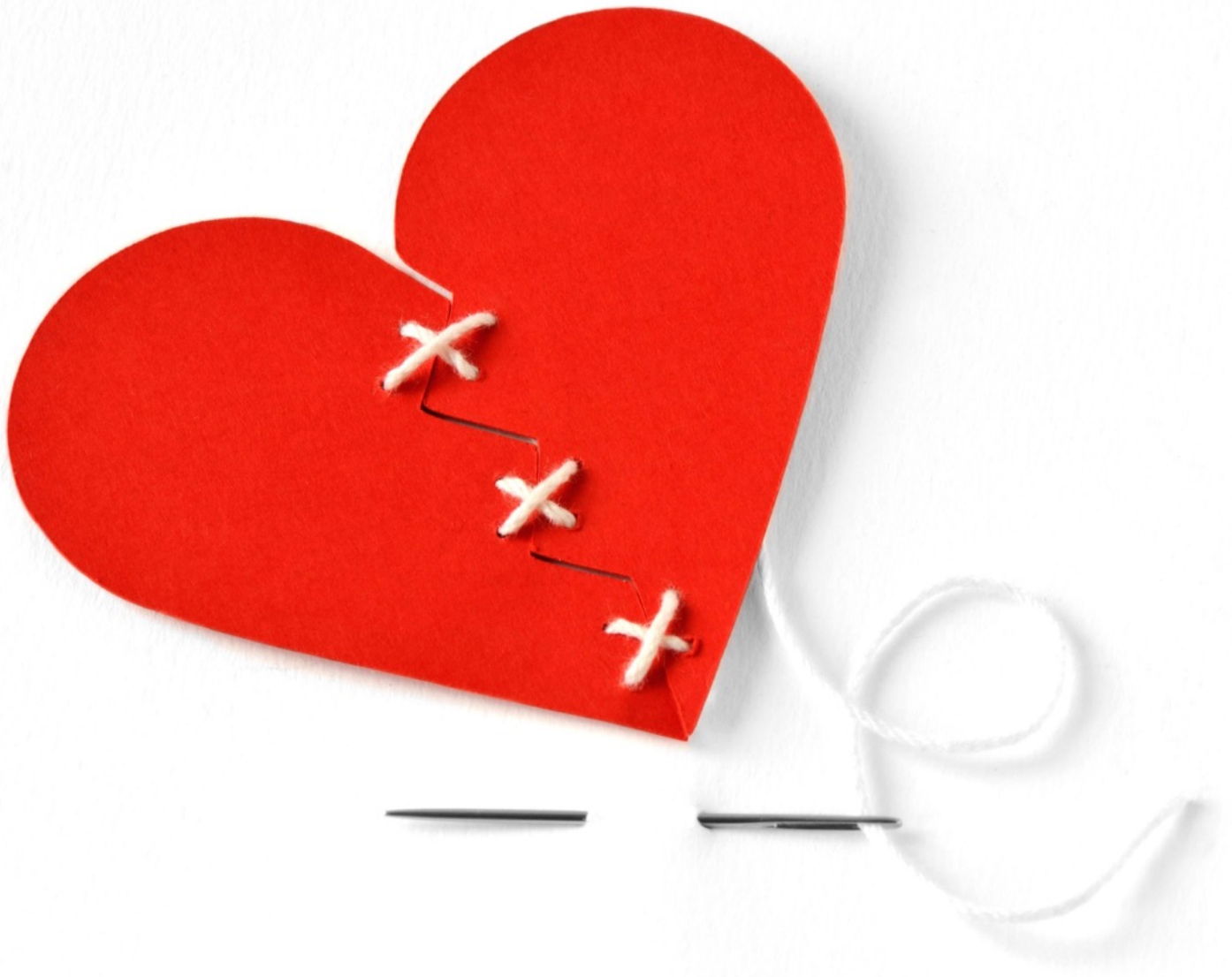
Podobnie jest, kiedy wzbranasz się przed przebaczeniem samemu sobie. Podtrzymywanie w sobie poczucia winy pociąga za sobą cały szereg przykrych konsekwencji takich jak podświadoma chęć ukarania siebie, poczucie, że jest się kimś złym, gorszym, poczucie, że nie zasługuje się na to co dobre i wiele, wiele innych.

Brak przebaczenia samemu sobie zwykle ciągnie się za nami również od wielu, wielu wcieleń. Gromadzi się przez ten czas i narasta, negatywnie rzutując na nasze obecne życie.

To Ty jesteś panem swojego życia i to właśnie Ty tworzysz i kreujesz doświadczenia w swoim życiu.

Im szybciej to zaakceptujesz i zrozumiesz, tym szybciej zaczniesz przebaczać, brać odpowiedzialność za siebie i przemieniać swoje życie.

Podobnie wygląda to w przypadku innych osób. Czasem ktoś czuje się za coś winny i podświadomie oczekując kary, otwiera się na zranienie. Są też osoby, które przyjmując rolę ofiary, czerpią z tego wiele korzyści manipulując innymi.



Nie jesteś w stanie wpłynąć na intencje innych osób. Spójrz na to za to z innej strony. Jeśli uważasz, że kiedyś kogoś skrzywdziłeś, to tak naprawdę prawdopodobnie pomogłeś mu czegoś ważnego się nauczyć i coś zrozumieć.

Patrząc w ten właśnie sposób łatwiej jest przebaczyć i sobie i innym. Wszystko ma swój sens, choć nie zawsze go rozumiemy.

Gdybyś jednak nie doświadczył tego wszystkiego, czego doświadczyłeś do tej pory, nie byłbyś tu gdzie jesteś teraz, ani nie byłbyś taki, jaki teraz jesteś. To Twoja droga.

I to samo tyczy się wszystkich innych osób.

Dlatego teraz rozumiejąc ten mechanizm i dynamikę

Wszechświata możesz swobodnie przebaczyć sobie wszystko oraz przebaczyć wszystko tym, do których do tej pory czułeś żal.

Zrób to, bo naprawdę warto.

A oto bardzo przydatna afirmacja dla Ciebie. Przypominaj sobie ją tak często, jak tylko zdarzy Ci się jeszcze poczuć żal lub pretensje do siebie samego lub innych osób.

Afirmacja dla Ciebie:

**Już teraz możesz
przebaczyć wszystko
swoim byłym
partnerom, rodzicom,
rodzeństwu,
przyjaciołom,
współpracownikom.**

***Ja (Twoje imię)
już
teraz
przebaczam
wszystko
sobie i
przebaczam
wszystko
innym.
Otwieram
się w swoim
życiu na
doskonałe
przebaczenie,
miłość i harmonię.
Dziękuję za to.***

**Już teraz możesz swobodnie
przebaczyć wszystko samemu
sobie.**

Najskuteczniejszy sposób na zmiany w otoczeniu



Nie jesteś w stanie zmienić swojego świata, próbując zmieniać okoliczności zewnętrzne i innych ludzi.

Kiedy próbujesz zmieniać swój świat i swoje życie za pomocą wpływania na okoliczności

zewnętrzne oraz wymuszania pewnych zachowań na innych ludziach, tylko się męczysz.

Męczysz siebie i przy okazji swoje najbliższe otoczenie. Twoje relacje z najbliższymi stają się napięte i brakuje w nich miłości, bezinteresowności, życzliwości, równowagi oraz harmonii.

Kiedy próbujesz zmieniać swój świat wpływając na okoliczności zewnętrzne, oddajesz władzę nad swoim życiem temu, co na zewnątrz, a także innym ludziom. Wierzysz, że to właśnie od nich zależy jakość Twojego życia. Jest to jednak bardzo istotny błąd, który popełnia wielu z nas. Prawda jest za to zupełnie inna.

Tak naprawdę nikt, ani nic poza Tobą samym nie ma wpływu na to, jak wygląda Twoje życie.

Tylko Ty sam od początku do końca kreujesz swój świat, sytuacje, które Cię spotykają i relacje z innymi ludźmi, które tworzysz.

Inni ludzie i zdarzenia w Twoim życiu są tylko odbiciem tego, co w Tobie i wyrazem doskonałej harmonii z Twoim wnętrzem.

Jeśli więc chcesz tak naprawdę i prawdziwie przemienić swoje życie, zacznij od samego siebie.

Tylko takie podejście może zagwarantować Ci trwały sukces.

Dlatego od teraz kiedy zdarzy Ci się jakaś przykra i niechciana sytuacja, jeśli spotka Cię coś niemiłego ze strony innych ludzi, nie obwiniaj świata, ani tych osób. Zamiast tego zajrzyj do swojego wnętrza i zastanów się:

1. Po pierwsze:

Co we mnie sprawiło, że spotkało mnie takie zdarzenie? Jaka moja negatywna intencja wobec siebie samego, emocja, negatywne nastawienie, czy wyobrażenie się do tego przyczyniło? Dlaczego wykreowałem

sobie taką, a nie inną sytuację?
Co tak naprawdę chciałem tym
sobie pokazać? Co tak
naprawdę chciałem sobie
udowodnić?

2. Po drugie:

Co mogę zrobić, jaką rzecz w
sobie zmienić, nad jaką
rzeczą w sobie popracować,
by w przyszłości już nie
spotkała mnie podobna
sytuacja? Jak mogę
przemienić moją negatywną
myśl, intencję, czy

wyobrażenie, które stało się
powodem tego wydarzenia?

Wszelchświat zawsze dąży do
doskonałej równowagi i harmonii i
właśnie w tym samym kierunku
prowadzi także i Ciebie.

Dlatego nie patrz na przykre
sytuacje, które Cię spotykają jako
na coś złego, niesłusznego i
niesprawiedliwego. Zamiast tego
uświadom sobie, że wszystko,
dokładnie wszystko, co Cię spotyka,
ma swój początek w Tobie i w
Twoim wnętrzu.



Potraktuj więc każdą najmniejszą sytuację, która pojawia się w Twoim życiu, zwłaszcza tę niechcianą, jako doskonałą odpowiedź i wskazówkę Wszechświata, w jakim kierunku masz iść i co jeszcze pozostało Ci do uzdrowienia i do uwolnienia.

Wszechświat nieustannie daje Ci odpowiedzi, co pozostało Ci jeszcze to uwolnienia i do uzdrowienia. Wszystko po to, byś mógł żyć pełnią życia i osiągnąć doskonałe szczęście i spełnienie. Te odpowiedzi to także różne, nie zawsze przyjemne dla Ciebie sytuacje, zdarzenia i emocje w Twoim życiu. Wszystkie one mają w sobie niezwykle ważny i istotny dla Ciebie przekaz.

Twoje jedyne zadanie to zauważyć je, umiejętnie odczytać i wyciągnąć z nich wnioski, przemieniając tym samym według tych wskazówek swoje wnętrze.

Kiedy oddajesz innym ludziom władzę nad swoim życiem, kiedy uzależniasz swoje samopoczucie od okoliczności zewnętrznych, zaczynają pojawiać się w Tobie oczekiwania wobec innych osób oraz świata. Zakładasz, że ktoś powinien zachować się tak, a nie inaczej, że powinno zdarzyć się to, a nie tamto, byś Ty czuł się dobrze i był zadowolony.

Tak jednak nie działa Wszechświat. Na całe szczęście!

Każdy człowiek ma swój indywidualny, niepowtarzalny sposób patrzenia na świat i postępowania w życiu. Nie próbuj więc na siłę na nikogo wpływać i nie oceniaj niczyjego zachowania.

Pamiętaj, że

gdybyś Ty miał dokładnie takie same przeżycia i doświadczenia jak dana osoba, to postępowałabyś w określonych sytuacjach dokładnie tak samo jak ona.

To jest właśnie patrzeć z miłością i głębokim zrozumieniem na innych ludzi. To wolność od oczekiwań i uzależniania swojego życia i samopoczucia od tego, co zrobią lub powiedzą inni.

Nie oceniał i nie osądzał innych, jeśli sam nie chcesz być oceniany i osądzany.

W podobny sposób działa Wszechświat.

Wszechświat zawsze ma swój doskonały rytm i doskonałą harmonię w najmniejszym przejawie życia. Próba zmiany świata i wpływania na okoliczności zewnętrzne, to jakby próba odwrócenia biegu rzeki i opór



**przed poddaniem się naturalnemu
biegowi życia.**

To opór, który rodzi napięcia,
frustracje i złość, bo tak naprawdę
nie jesteś w stanie trwale zmienić
Wszechświata, ani w żaden sposób
nim manipulować.

**Oczekiwania wobec innych ludzi i
świata, zawsze rodzą NAPIĘCIA,
STRES i NIEZDROWĄ PRESJĘ.**

A kiedy nasze oczekiwania nie są
spełniane i zaspokajane, w ich
miejscu pojawiają się **ŻALE,**
PRETENSJE i **OBWINIANIE** innych
ludzi oraz **okoliczności**
zewnętrznych za wszystkie swoje
nieszczęścia i niepowodzenia.

**To koncentrowanie się na innych i
na tym co na zewnątrz, zamiast na
sobie samym i na swoim wnętrzu.**

A stąd już prosta
droga do tego, by
Twoje relacje z
innymi ludźmi i
otoczeniem były
dalekie od
wzajemnego
szacunku,
docenienia,
wsparcia, miłości,
życzliwości i
harmonii. A przecież

o to właśnie Ci chodzi.

Dlatego jak najszybciej uwolnij się
od wszystkich oczekiwań. W zamian
za to weź pełną odpowiedzialność
za swoje życie i za to co Cię
spotyka. Oczyszczaj swoje intencje,
przekonania i wyobrażenia na temat
innych ludzi oraz świata. I w tych
swoich działaniach bądź niezależny
od tego, co na zewnątrz. Pozwól
światu i innym ludziom być po
prostu takimi jakimi są. Nie oceniaj
ich i nie próbuj zmieniać. Oni są
doskonali i wystarczająco dokładnie
tacy, jacy są w tym momencie.
Podobnie jak doskonały i wspierający
jesteś Ty, tu i teraz.

**Zajmij się sobą i swoim wnętrzem
bez oczekiwań wobec innych ludzi
oraz świata. Zobaczysz jak
wspieranie zmieni się wtedy Twoje
otoczenie i całe Twoje życie!**

**Wszechświat zawsze z ogromną
szybkością i precyzją reaguje na każdą
zmianę w Twoim wnętrzu odpowiednią
zmianą okoliczności zewnętrznych.**

Wykorzystaj dobrze i z miłością tę moc, bo ma ona naprawdę potężny zasięg. Powodzenia!

A oto przydatne i niezwykle wzmacniające afirmacje dla Ciebie:

Ja (Twoje imię) jestem całkowicie wolny od wszelkich oczekiwań wobec świata oraz innych ludzi.

Ja (Twoje imię) jestem całkowicie wolny od wszelkich żalów i pretensji wobec świata oraz innych ludzi.

Ja (Twoje imię) biorę całkowitą odpowiedzialność za siebie oraz za to jak wygląda moje życie.

Moje (Twoje imię) szczęście, radość, spokój, dobre samopoczucie i spełnienie są całkowicie niezależne od nikogo i od niczego.



Dodaj swoją reklamę
Napisz do nas na adres:
poczta@dlacialaiduszy.pl

Ziółowe wsparcie na jesień

Jesień to wspaniały czas na odpoczynek po intensywnych letnich dniach. Ciepły koc, herbata, dłuższe wieczory. To wspaniały czas na refleksję i wyciszenie.

Jesień to także niższe temperatury i zmieniające się warunki atmosferyczne. To świetny moment, by zadbać o odporność i po lecie

pełnym smaków i witamin podtrzymać doskonałą formę i samopoczucie.

A co daje nam natura na jesień? Oprócz innych wspaniałych darów, daje nam również ZIOŁA. Zobacz co Cię rozgrzeje, co wzmocni Twoją odporność, a jeśli zdarzy się przeziębienie - co pomoże się wykurować.

ZIOŁA NA ROZGRZANIE

Napar z **kwiatów lipy** doskonale rozgrzeje, a z dodatkiem syropu z malin lub miodu wzmacnia i świetnie smakuje. Rozgrzewające właściwości ma także herbata z **kwiatów czarnego bzu**. Oprócz tego działa ona napotnie i łagodzi katar.

ZIOŁA NA ODPORNOŚĆ

Na odporność sprawdzi się wszystkim znany **czosnek** oraz napary lub wyciągi z **owoców dzikiej róży**, która jest jednym z najbogatszych źródeł witaminy C. Nieocenione właściwości wzmacniające odporność wykazuje **jeżówka purpurowa** zarówno jej korzenie, jak i ziele. Jeżówka działa silnie przeciwbakteryjnie i antywirusowo.

Ciekawym pomysłem są wywary z młodych **pędów sosny** bogate w witaminę C i stymulujące układ immunologiczny, podobnie jak **owoce czarnego bzu**.

ZIOŁA NA GORĄCZKĘ

Podwyższoną temperaturę pomoże obniżyć **berberys**, **mięta pieprzowa** oraz **soki z malin**, **czarnej porzeczki**, **jeżyny**, czy **dzikiej róży**. Napar z **jagód czarnego bzu** i **wiązówka błotna** podziałają napotnie, przeciwzapalnie i przeciwbólowo. Podobnie zresztą jak **lipa**, czy **kora wierzby** określana mianem naturalnej aspiryny. Lipa dodatkowo wspomogą organizm w usuwaniu szkodliwych substancji.

ZIOŁA NA UKŁAD ODDECHOWY

Lebiodka pospolita ma działanie odkażające i wykrztuśne. W postaci inhalacji lub płukanki, złagodzi stany zapalne dróg oddechowych. Podobnie **młode pędy sosny** pomogą w oddychaniu udrażniając zatkaany nos. Dodatkowo działają bakteriobójczo i wykrztuśnie.

Goździki poza tym, że poradzą sobie z wieloma bakteriami, wspomogą podrażnioną błonę śluzową gardła, jamy ustnej, czy nosa.

Niezawodny **czosnek** świetnie zapobiega infekcjom układu oddechowego. Chleb czy mleko ze zmiażdżonym czosnkiem skutecznie niszczy wirusy, ale też udrażnia drogi oddechowe i ułatwia odkrztuszanie.

ZIOŁA NA KATAR

Jeśli zdarzy się nam jednak katar, to w arsenale mamy do wyboru cały wachlarz ziół, które w tym przypadku najlepiej jest stosować w postaci inhalacji lub olejków eterycznych.

W katarze ulgę przyniosą inhalacje z **olejku tymiankowego, sosnowego, jodłowego i eukaliptusowego**.



Tymianek dodatkowo ma właściwości bakteriobójcze. Skuteczne jest także wdychanie odkażających i udroźniających olejków eterycznych z tartego **korzenia** lub posiekanych **liści chrzanu**.

Przeciwzapalne i przeciwbakteryjne inhalacje z **rumianku** ukoją i nawilżą śluzówkę nosa. Płukanka z **jagód czarnego bzu** z kolei ulży w katarze, a **maść majerankowa** pomoże na obolałą i otartą skórę nosa.

ZIOŁA NA BOLĄCE GARDŁO I KASZEL

Ból gardła uśmierzy wyciąg z **mięty pieprzowej**, a płukanka z **wiciokrzewu** dodatkowo zwalczy infekcję.

Sprawdzonymi specyfikami na uciążliwy kaszel są **czosnek, cebula** oraz miodowy syrop z **korzenia chrzanu**. Cebulę i czosnek można przyjmować na surowo lub także zrobić z nich domowy syrop.

Tymianek i podbiał działają wykrztuśnie i rozkurczowo, pomagają w kaszlu suchym i mokrym. Stosuje się je w postaci naparu do picia, płukanek, inhalacji i kąpieli ułatwiających oddychanie.

Podobne właściwości wykazuje napar lub płukanka z **ziela szalwii**. Dodatkowo działa ona odkażająco i kojąco na podrażnioną błonę śluzową gardła.

Na kaszel pomogą równie dobrze napary i płukanki z **anyżu, lukrecji, babki lancetowatej, owoców, liści i płatków dzikiej róży, kwiatów czarnego bzu** oraz **dziwanny wielokwiatowej**. Wszystkie działają wykrztuśnie, przeciwzapalnie i odkażająco.

A kiedy trzeba nawilżyć obolałą śluzówkę gardła warto sięgnąć po napar z **nasion lnu, prawoślaz** (sprawdzą się tu kwiaty, liście i korzeń), **lipę** i **kwiaty malwy**. Zawarte w tych ziołach związki śluzowe zadziałają zmiękczająco, łagodząco i powlekająco na chore gardło, a także zlikwidują chrypkę.

Duchowe odchudzanie:

Najpotężniejsze narzędzia przemiany życia i ciała **Afirmacje** część 1

**Chudnięcie zaczyna się w głowie.
A wyrobienie nowych pozytywnych
wzorców i przekonań to efekt
świadomego, systematycznego
powtarzania nowych pozytywnych
myśli oraz wyobrażeń.**

Do tego celu wykorzystaj cztery
najpotężniejsze narzędzia
przemiany siebie. Po pierwsze:

Co to są afirmacje?

To pozytywne stwierdzenia
dotyczące nas samych, ubrane w

proste słowa i sformułowane w czasie teraźniejszym. Mają one za zadanie przeprogramować nasz umysł i przemienić nasze negatywne myśli, przekonania i wyobrażenia na ich pozytywne odpowiedniki.

Przykład:

Negatywne przekonanie: „*Inni ludzie, w tym moi bliscy nie kochają mnie i nie szanują.*”

Odpowiednia afirmacja:

Ja (Twoje imię) jestem chciany, kochany i szanowany przez innych ludzi.

Afirmacje wprowadzając do Twojego umysłu nowe, pozytywne schematy myślowe zastępują stopniowo te stare, negatywne i niechciane, aż w końcu całkowicie je usuwają.

To tak, jak ze szklanką pełną brudnej wody. Kiedy zaczniesz wlewać do niej czystą wodę, po jakimś czasie po brudnej wodzie nie zostanie nawet ślad.

Na czym dokładnie polega stosowanie afirmacji?

1. Pierwszy krok to uświadomienie sobie jakiejś negatywnej myśli, przekonania, czy wyobrażenia, które masz, a które chcesz zmienić.
2. Następnie stwórz odpowiednią pozytywną afirmację, będącą przeciwieństwem Twojego negatywnego przekonania, myśli lub wyobrażenia.
3. Codzienne powtarzaj swoją afirmację, wypowiadając jej słowa, pisząc lub słuchając nagrania i koniecznie wyobrażaj sobie przy tym jej efekt. Rób to do momentu, aż Twój umysł ją zaakceptuje. Chodzi o to, aby Twoja podświadomość „uwierzyła” w tę nową pozytywną treść i uznała ją

jako Twoją Nową Prawdę. Kiedy tak się stanie Twój podświadomy umysł nie będzie już w żaden sposób kwestionował czy negował treści afirmacji.

- 4.** Oczekuj urzeczywistnienia Twojej nowej Prawdy w Twoim życiu. Z momentem pełnego zaakceptowania

przez podświadomość treści afirmacji, natychmiast przejawia się ona w Twoim życiu.

W jakiej formie afirmacje działają najskuteczniej?

Afirmacje możesz powtarzać w myślach lub na głos. Możesz je śpiewać, słuchać nagranych lub



pisać ręcznie, na maszynie czy komputerze. Możesz je także powtarzać drugiej osobie, wypisywać na małych karteczkach i przyklejać w widocznych miejscach, na lustrze, lodówce.

Wszystko zależy od Ciebie i tego, w jakiej formie afirmowanie sprawia Ci największą przyjemność.

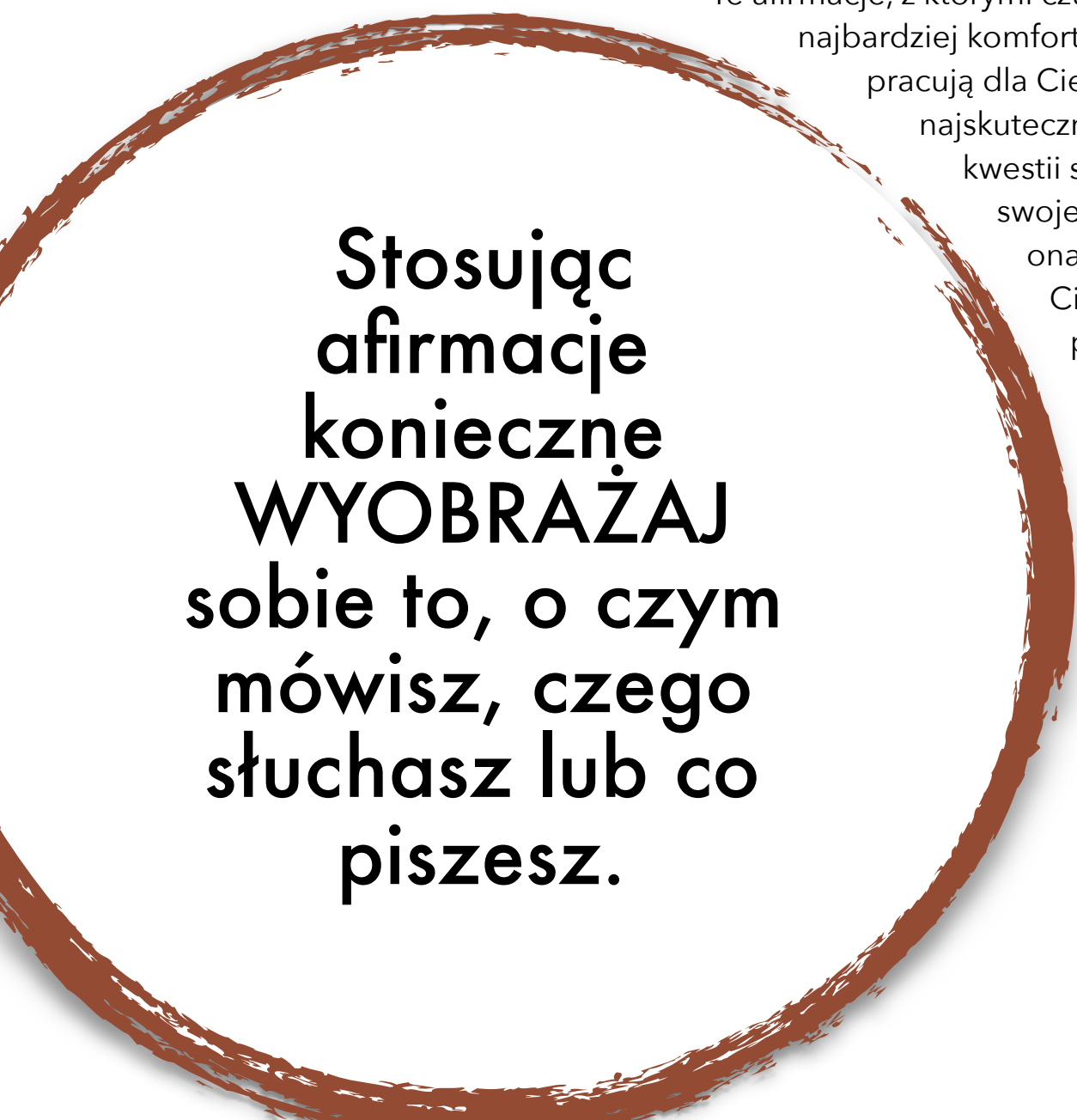
Pamiętaj jednak o jednej bardzo ważnej zasadzie.

Inaczej, powtarzanie „pustych” słów nie przyniesie oczekiwanego rezultatu.

Na czas stosowania afirmacji znajdź dla siebie chwilę spokoju i jakieś ciche miejsce, gdzie będziesz mógł się odprężyć i skupić tylko na sobie.

Jakie afirmacje są dla mnie najlepsze?

Te afirmacje, z którymi czujesz się najbardziej komfortowo, pracują dla Ciebie najskuteczniej. W tej kwestii słuchaj swojej intuicji, ona świetnie Ci podpowie.



**Stosując
afirmacje
konieczne
WYOBRAŻAJ
sobie to, o czym
mówisz, czego
słuchasz lub co
piszesz.**

Gdzie zaczyna się bogactwo i jak się tam dostać?



**Skoro to, co miałeś w głowie
dotychczas nie doprowadziło Cię
do BOGACTWA, to znak, że trzeba
coś w tej głownie zmienić.**

**Ale najpierw warto uświadomić
sobie czym tak naprawdę jest
bogactwo?**

Bogactwo dzieli się na dwie
kategorie. Bogactwo materialne i
bogactwo duchowe. Bogactwo
materialne wywodzi się od

bogactwa duchowego i jest jego odbiciem. Bogactwo materialne jest tworzone poprzez pieniądze. Pieniądze, to Twoja energia duchowa przejawiona w świecie fizycznym.

Pieniądze są to Twoje pomysły, produkty, idee, które dajesz innym ludziom. Wymieniasz je na inną postać. Dlatego pieniądze to tak naprawdę wartość jaką dajesz światu. To Twoje naturalne predyspozycje, talenty i umiejętności, ale w innej postaci. Czyli Twoje pieniądze, to Ty w świecie, to Twój wkład dla świata.

Ale pieniądze to coś jeszcze. To materializacja Twoich myśli, przekonań i wyobrażeń o sobie, ludziach, pieniądzach, świecie itd. To jedna z form zewnętrznej materializacji tego, co wewnątrz Ciebie, tego co myślisz i co czujesz.

Weź kartkę papieru i zapisz na niej o czym marzysz. Jakie jest Twoje największe marzenie? Co chciałbyś, by pojawiło się w Twoim życiu?

Zapisz to proszę.

.....

Teraz zastanów się, jakie uczucie realizacja tego marzenia ma Ci dać? Jak będziesz się czuł, gdy to już ten wymarzony cel osiągniesz?

Zapisz to.

.....

Powiedzmy, że ktoś marzy o tym by mieć przy sobie ukochaną bliską osobę, by się zakochać i tworzyć udany związek. Ale co tej osobie ma dać ten związek i ta bliska osoba? O jakie uczucie tak naprawdę jej chodzi?

A teraz spójrz na bogactwo w następujący sposób...

Może się okazać, że ta osoba wierzy, że dopiero będąc w związku i mając przy sobie ukochaną osobę, będzie żyła w pełni, a jej życie nabierze prawdziwego sensu. Więc tak naprawdę chodzi tu o uczucie

pełni, spełnienia i sensu w życiu!

podchodzą do Ciebie ludzie i zobacz jaki dla nich jesteś, zupełnie inny, radosny, lekki, wspaniały, życzliwy.

**Kiedy wewnątrz
siebie poczujesz
się tak, jakbyś już
miał to o czym
marzysz, to
otwierasz temu
drzwi!**

No tak, przecież masz
wszystko czego
potrzebowałeś.

Teraz spróbuj
utrzymać to
uczucie tak
długo, jak
potrafisz,
każdego
dnia dłużej
i ciągle do
niego
wracaj. TO
JEDYNA I
PEWNA
DROGA DO
JEGO
REALIZACJI !!!

Dzięki tej prostej
sztuczce Twoja
podświadomość szybko
uwierzy i zaakceptuje to
uczucie w Tobie i zacznie je
przejawiać w Twoim życiu.

Dlatego poczuj to. Wyobraź sobie,
że masz już to, o czym marzyłeś, już
to jest, już się tym cieszysz! Jak
cudownie jest to mieć, jak
wspaniale jest z tego korzystać.
Czujesz się świetnie, czujesz, że
osiągnąłeś sukces. Zobacz jak

Osobie z naszego przykładu tak
naprawdę nie chodzi o partnera i
związek. Jej podświadomość wierzy
jednak, że tylko będąc w związku
może zaznać pełni i spełnienia w
życiu. A to niekoniecznie jedyna

możliwość. Pozwól się światu zaskoczyć.

To co najlepszego może zrobić taka osoba, to zmienić swoje wyobrażenia i pielęgnować w sobie uczucie, że już teraz niezależnie od nikogo i niczego jej życie jest pełne sensu, a ona sama jest osobą spełnioną.

Tylko w ten sposób osiągnie to na czym jej tak naprawdę zależy, a przy okazji, kiedy odpuści sobie presję,

prawdopodobnie przyciągnie do siebie wspaniałego partnera i stworzy udany związek, ale już dużo zdrowszy, bo bez oczekiwań.

To przykład nieco odbiegający od tematyki bogactwa i obfitości, ale nie do końca, bo cały mechanizm identycznie sprawdza się w każdej sferze życia.

Jeśli Twoje marzenie dotyczy pieniędzy, standardu życia itp., zastanów się o jakie UCZUCIE tak



naprawdę Ci chodzi. Jak dzięki temu co kupisz lub w jaki sposób będziesz żył chcesz się poczuć w swoich oczach, w oczach innych i... zacznij tak czuć się już teraz. Przecież wyobraźnia nie ma ograniczeń.

A to na czym się koncentrujesz wzrasta.

Początkiem każdej materializacji jest konkretne ziarno, czyli konkretne UCZUCIE, wyobrażenie. Ty już teraz posiadasz precyzyjnie i dokładnie WSZYSTKO, czego potrzebujesz, by to ziarno zasiać i je pielęgnować. Bez względu na to kim jesteś, gdzie pracujesz, gdzie mieszkasz, z jakiej rodziny pochodzisz i ile masz pieniędzy.

Wszystko jest w Twoich rękach. To możliwość, która dana jest każdemu bez ograniczeń, więc do dzieła!

Wspaniałych i owocnych zbiorów Ci życzę.

Autor: S. M.



Dodaj swoją reklamę
Napisz do nas na adres:
poczta@dlacialaiduszy.pl

Napisz do Eksperta

REKLAMA



Elżbieta Dudczak
BIOTERAPIA, MEDYCYN
HOLISTYCZNA

elzbieta.dudczak@aqabal.pl

Numerologiczna Trójka kim jest?



Aby dowiedzieć się jaką jesteś cyfrą numerologiczną, dodaj do siebie wszystkie cyfry składające się na Twoją datę urodzenia.

Na przykład dla kogoś urodzonego 5 marca 1973 roku, wykonujemy działanie: $5 + 3 + 1 + 9 + 7 + 3$, co

daje 28. Następnie dodajemy do siebie cyfry wyniku: $2 + 8 = 10$ i dalej: $1 + 0 = 1$.

Osoba urodzona 5 marca 1973 roku to **numerologiczna Jedyńska**.

A teraz wracając do naszego tematu... Dziś odkrywamy cechy charakterystyczne dla **numerologicznej Trójki**.

Cechy osobowości

Numerologiczna Trójka to osoba niezwykle energetyczna, pozytywna i optymistyczna. Z ufnością i spokojem patrzy na życie i to co, ją otacza. Życiowe doświadczenia traktuje jako lekcje i zawsze dostrzega pozytywne strony każdego zdarzenia. Takiego pozytywnego nastawienia pragnie nauczyć także innych.

Trójki to zazwyczaj wielcy szczęściarze, marzyciele i idealści, co wcale nie oznacza, że nie rozumieją życia. Bywa jednak, że przez swoją beztroskę postrzegane są jako osoby niepoważne, a nawet naiwne.

Numerologiczne Trójki są ekspresyjne, kochające świat, życie i ludzi. Czerpią z życia pełnymi garściami. Są ciekawskie, ruchliwe i mają wiele zainteresowań. Lubią podróże, nowe doświadczenia. Nie

przeszkadzają im też ciągłe zmiany. To, co podcina im skrzydła to raczej zbyt przyziemność i rutyna.

Trójka zwykle nie miewa kompleksów. Lubi dobrze wyglądać i czasem bywa próżna. Do późnej starości bije od niej wewnętrzna młodość i pogoda ducha, co jest doskonałym dowodem na to, że wiek zapisany jest w sercu i głowie, a nie w metryce.

Trójka ogólnie ma w sobie mnóstwo wdzięku, światła i czaru, co zjednuje jej innych ludzi i zaraża radością oraz optymizmem.

Relacje z ludźmi

Osoby, których data urodzenia wskazuje na numerologiczną cyfrę 3 są bardzo towarzyskie i lubiane. Inni ludzie cenią w nich ich entuzjazm, zaradność i żywe usposobienie, a także niewątpliwy entuzjazm i pogodę ducha. Trójki same uwielbiają ludzi i dobrą zabawę. Nie pragną jednak dominować nad innymi. Są niezwykle otwarte, życzliwe, serdeczne, ciepłe i pomocne.

Poczucie humoru to mocna strona numerologicznych Trójek, choć

bywają z nich czasem gaduły. Bardzo łatwo dopasowują się do sytuacji i potrafią nawiązać nić porozumienia ze wszystkimi. Z reguły są tolerancyjne i akceptujące. Nie przywiązują zbyt wiele do wad ani swoich, ani otaczających ich ludzi. W końcu w naturze Trójek jest dostrzeganie i koncentracja na dobrych stronach - także ludzi.

Trójki cenią sobie wolność i niezależność. Lubią błyszczeć i bywają kapryśne lub rozpieszczone. Uwielbiają komplementy. Chcą być chwalone i docenione. Niechętnie przyznają się do błędów, ale za to łatwo im wybaczać ich występki - przecież są takie urocze.

Związki

Na pierwszy rzut oka numerologiczne Trójki postrzegane są jako flirtarze i uwodziciele. Ich związki są pełne pasji, dynamiczne i

szalone, a one same angażują się w nie na sto procent. Mimo tej intensywności Trójki skrycie marzą o trwałym uczuciu. A kiedy już je znajdą są niezwykle czułe, wrażliwe i rodzinne. Partnera stawiają na



pedestale i traktują go jako swoją muzę i inspirację.

Trójki pomimo swojej przebojowości, boją się zranienia i rozczarowania w związku. Same nie są ani zazdrosne, ani zaborcze. Nie trzymają także urazów.

Praca

W pracy numerologiczne Trójki błyszczą elokwencją, kreatywnością i twórczymi pomysłami. Uwielbiają się rozwijać, doskonalić i zgłębiać nowe obszary wiedzy oraz umiejętności. To urodzeni szczęściarze, więc i w życiu zawodowym z łatwością osiągają swoje cele.

Trójki to zdecydowanie potrzebujące wolności i przestrzeni dusze artystyczne, dlatego najlepiej w ich przypadku sprawdzi się wolny zawód, związany ze sztuką, pracą na scenie. Wymarzone zawody dla nich to muzyk, aktor, malarz, architekt, rysownik, grafik, projektant mody, ogrodnik, fotograf, czy dekorator wnętrz.

Trójka sprawdzi się także w zawodach, gdzie pożądana jest błyskotliwość, inteligencja i nieodparty urok osobisty. W

kontaktach z ludźmi jest w swoim żywiole, dlatego odnajdzie się jako sprzedawca, przedstawiciel handlowy, czy dziennikarz.

Numerologiczne Trójki są też całkiem wygadane. Znajdzie się więc wśród nich sporo poetów, pisarzy, czy mówców. A jeśli popracują trochę nad swoją koncentracją i wytrwałością, są w stanie osiągać sukcesy we wszystkich swoich poczynaniach.

Trójki są fajnymi szefami. Swoich pracowników motywują, chwalą i traktują po partnersku, umiejętnie zachowując przy tym szacunek i niezbędny autorytet szefa.

Pieniądze

Numerologiczne Trójki nie są stworzone do tego, by oszczędzać. Uważają, że pieniądze są po to, by je wydawać. Trójki łatwo pieniądze wydają, ale one łatwo też do nich przychodzą. Lubią rozpieszczać siebie, a także swoich bliskich, lecz nie są zachłanne.

Numerologiczne Trójki nie pragną władzy, czy sławy, cenią za to luksus, przyjemność i wygodne życie.

Emitery pozytywnych energii i miejsca mocy

Niekorzystne dla zdrowia i samopoczucia promieniowania otaczają nas każdego dnia. Mogą pochodzić ze źródeł naturalnych, czyli geopatycznych, ale także wytworzonych przez człowieka - elektronika, słupy wysokiego napięcia itp.

Czasem w przypadku słabych negatywnych promieniowań, zamiast neutralizatorów, ekranów

czy odpromienników szkodliwych energii można zastosować energetyzatory, czyli emitery

pozytywnych energii. W większości przypadków słabych promieniowań jest to rozwiązanie w zupełności wystarczające do ochrony. Pozwala także wprowadzić do mieszkania korzystne dla zdrowia i samopoczucia warunki energetyczne.

Stosując różnego rodzaju energetyzatory trzeba jednak pamiętać, że przedawkowanie korzystnej energii może okazać się niekorzystne dla naszego zdrowia. Dlatego przy urządzeniach, które posiadają instrukcję obsługi, warto stosować się do jej zaleceń lub w razie wątpliwości skonsultować się z dobrym radiestetą.

Najpopularniejsze emitery korzystnych energii to:

★ **Talizmany** emitujące wybrane energie.

★ **Kamienie półszlachetne i szlachetne**, które wbrew pozorom dostępne są w przystępnej cenie. Zanim jednak zaczniemy korzystać z energii kamieni, warto poznać ich działanie. A dziedziną tą

zajmuje się litoterapia, nauka o leczniczym działaniu kamieni. Ciekawostką jest fakt, że pozytywnej energii emitowanej przez kamienie nie można przedawkować.

★ **Podświetlone folie lub szkła w wybranych kolorach** - emitują energię danego koloru.

★ **Specjalistyczne urządzenia wykorzystujące kształt piramidy**. Posiadają właściwości uzdrawiające oraz harmonizujące energię otoczenia, nawet w dużych odległościach od piramidy.

★ **Niektóre odpromienniki szkodliwych energii działają jednocześnie jako energetyzatory**.

★ **Wahadła** - na przykład emitujące białą uzdrawiającą energię.

★ **Naturalne miejsca mocy**, które występują na całym świecie. Są to naturalne obszary silnie promieniujące niezwykle korzystną dla zdrowia i samopoczucia energią. Przebywanie na nich

podnosi wibracje człowieka, pobudza intuicję, inspiruje do rozwoju czy uzdrawiania. Naturalne miejsca mocy wpływają korzystnie na człowieka pod względem fizycznym, intelektualnym i duchowym. Korzystając z nich należy jednak pamiętać, że i w tym przypadku przedawkowanie korzystnych energii nie jest korzystne.

Warto wiedzieć, że działanie niektórych emiterów połączone z działaniem innych urządzeń radiestezyjnych, może spowodować

zakłócenie energii otoczenia oraz biopola. Dlatego najbezpieczniej jest nie łączyć działania żadnych urządzeń radiestezyjnych lub ewentualnie zrobić to po konsultacji z doświadczonym radiestetą.

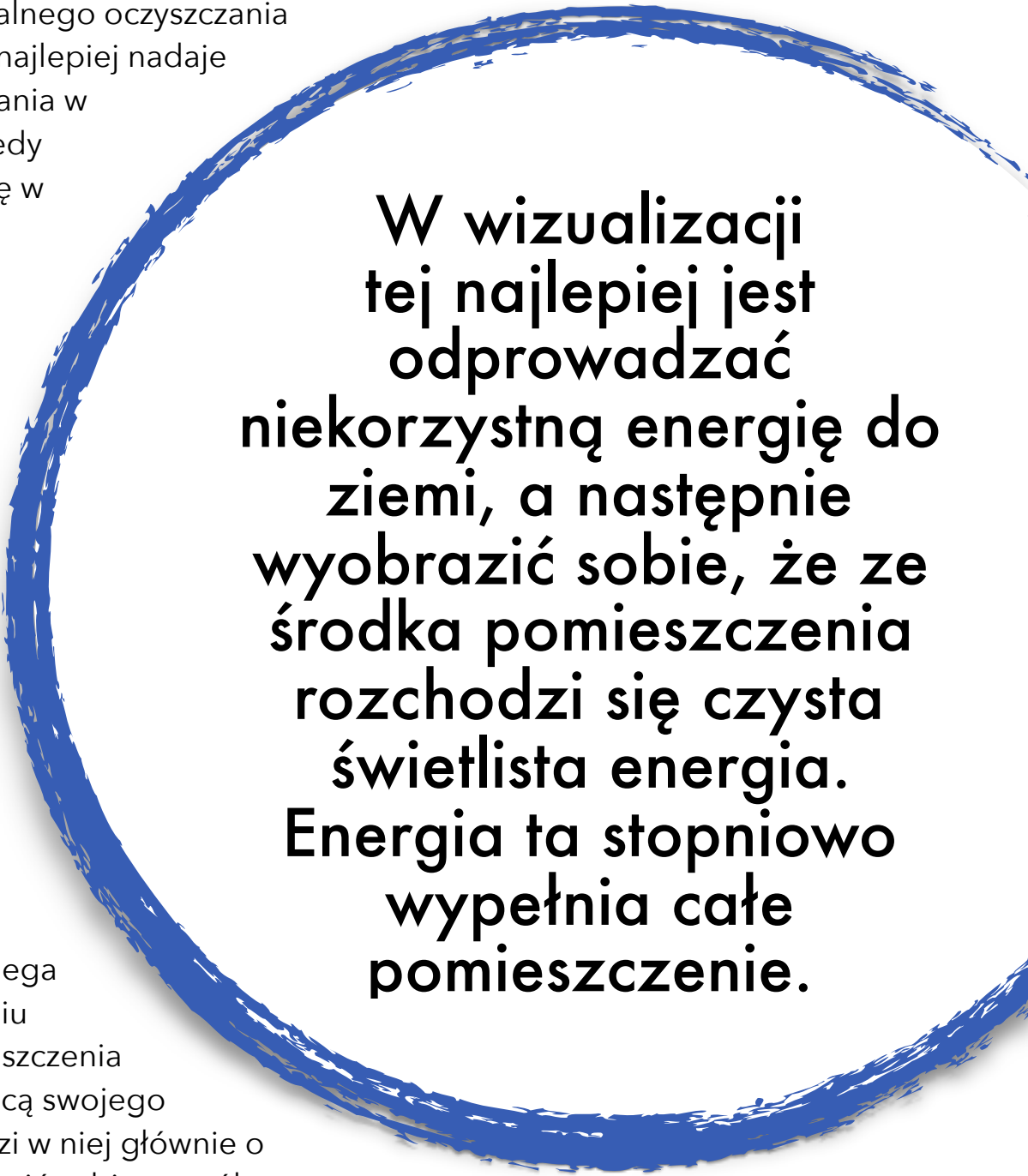
Szybki sposób na oczyszczenie pomieszczenia

Najszybszy z kolei sposób na oczyszczenie pomieszczenia z niekorzystnych dla nas energii, to jego oczyszczenie mentalne.



Metoda mentalnego oczyszczania pomieszczeń najlepiej nadaje się do stosowania w sytuacjach, kiedy znajdujemy się w jakimś obcym miejscu i nie czujemy się w nim wystarczająco komfortowo i przyjemnie. Może to być na przykład pokój w hotelu czy mieszkanie znajomej osoby.

Metoda ta polega na oczyszczeniu energii pomieszczenia tylko za pomocą swojego umysłu. Chodzi w niej głównie o to, aby wyobrazić sobie sposób na odprowadzenie z miejsca, w którym przebywamy, niekorzystnych dla nas energii. A następnie, również za pomocą wizualizacji, wypełnić je korzystnymi wibracjami. Możliwości są nieograniczone i zależą tylko od Twojej pomysłowości.



W wizualizacji tej najlepiej jest odprowadzać niekorzystną energię do ziemi, a następnie wyobrazić sobie, że ze środka pomieszczenia rozchodzi się czysta świetlista energia. Energia ta stopniowo wypełnia całe pomieszczenie.

Metoda mentalnego oczyszczenia pomieszczeń ma jednak pewną wadę. Działa maksymalnie do kilku dni. Po upływie tego czasu, jeśli nadal przebywamy w tym samym niekorzystnym dla nas miejscu, cały zabieg trzeba powtórzyć.

Kiedy skorzystać z pomocy radiestety?

Wiele przypadków szkodliwych promieniowań można zneutralizować samodzielnie przy pomocy powszechnie dostępnych i łatwych w obsłudze urządzeń radiestezyjnych.

Pomoc radiestety może okazać się jednak przydatna w sytuacji, kiedy do zabezpieczenia mieszkania zastosowane zostały już wszystkie znane nam metody (oczywiście nie wszystkie jednocześnie), a my nadal nie czujemy się w nim komfortowo lub chorujemy. Przyczyną tego może być wpływ na nasze mieszkanie promieniowania o naprawdę dużej sile. Przypadki takie zdarzają się co prawda niezwykle rzadko, ale warto wiedzieć do kogo wtedy zwrócić się o pomoc. W takiej sytuacji tylko dobry radiesteta jest nam w stanie najlepiej doradzić dalszy sposób postępowania.

Podobnie sytuacja wygląda, jeśli chcemy w swoim domu zastosować urządzenie radiestezyjne, które do instalacji wymaga fachowej wiedzy i umiejętności. Wówczas naprawdę

warto skorzystać z pomocy doświadczonego radiestety, bo robiąc coś samemu na oko możemy zafundować sobie więcej szkody niż pożytku.

Radiesteta okazuje się pomocny również wtedy, kiedy z jakiegoś powodu chcemy ustalić siłę i pochodzenie promieniowania obejmującego nasze mieszkanie. Wykonuje się wówczas specjalne badanie radiestezyjne mieszkania. Badanie takie może zostać przeprowadzone bezpośrednio w zapromieniowanym miejscu lub na odległość. Wtedy trzeba dostarczyć radiestecie dokładny plan mieszkania z zaznaczonymi stronami świata oraz jego adres. Im bardziej precyzyjne są dane i rysunki, tym dokładniejszy jest pomiar. Bardzo ważne jest też, aby przed badaniem poinformować radiestetę o innych urządzeniach radiestezyjnych, które mamy aktualnie zainstalowane w domu. Są to bardzo istotne informacje, które mają znaczący wpływ na wynik badania.

Zatrudniając radiestetę, warto korzystać z porad osób sprawdzonych i takich, co do których mamy pewność, że posiadają rzeczywiście fachową wiedzę na temat radiestezji.

Seans. Relaksacyjny

Położ się wygodnie. Załóż słuchawki i przenieś się nad piękny ocean. Doświadcz uzdrawiającej energii relaksu i przyjemności. Seans dostępny dla czytelników Newslettera czasopisma "Dla ciała i duszy".

Sławomir Mika

DOŁĄCZ DO NEWSLETTERA



Wydawca:
"CONNES" Centrum Terapii i
Rozwoju Sławomir Mika

Adres Wydawcy i Redakcji:
Oś. 1 Maja 31/5
44-304 Wodzisław Śląski

Redaktor naczelny:
Sławomir Mika
tel. 887 62 62 00

Reklamy i ogłoszenia:
redakcja@dlacialaiduszy.pl

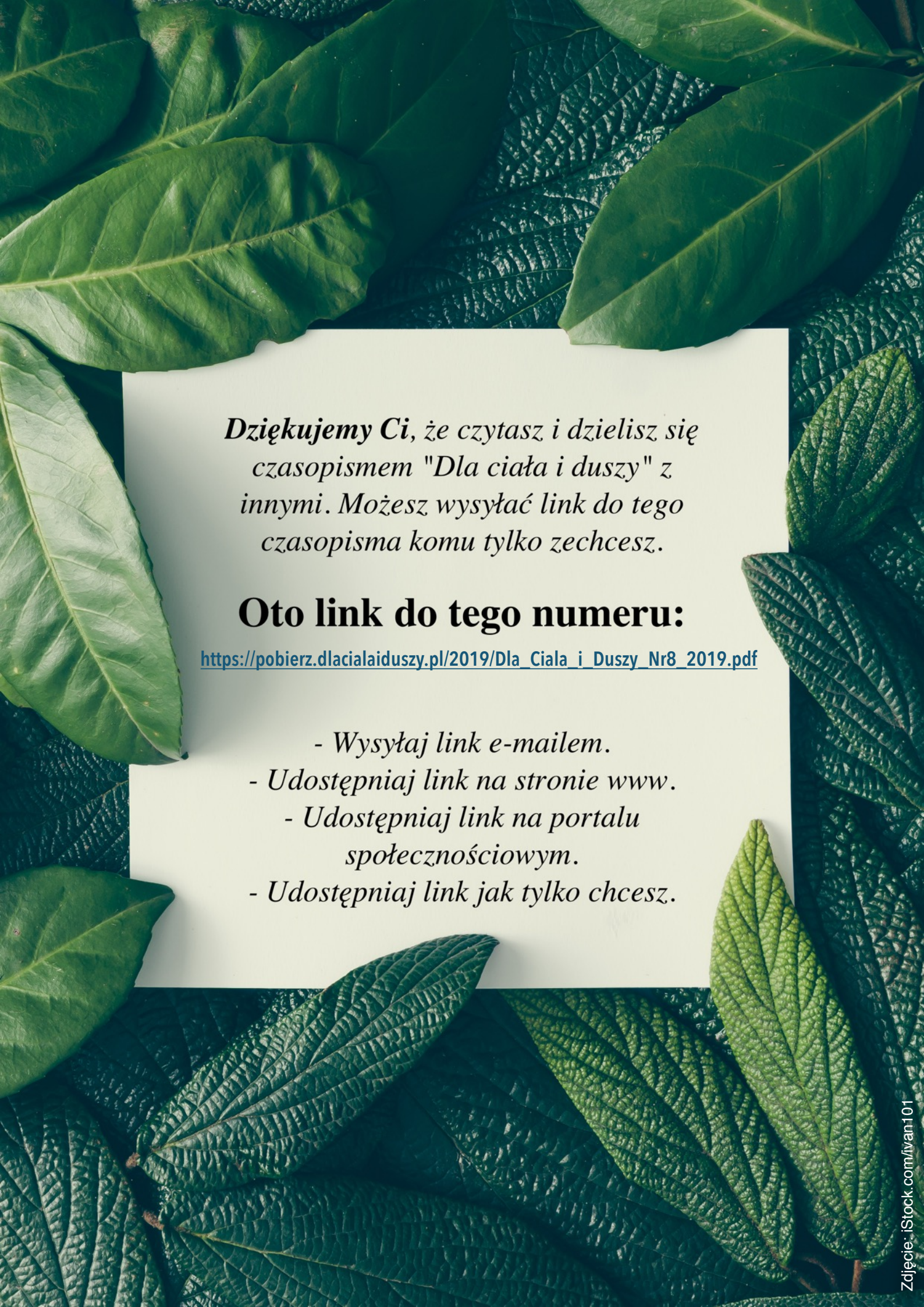
Współpraca:
poczta@dlacialaiduszy.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Redakcja i Wydawca nie ponoszą
odpowiedzialności za treść
ogłoszeń i reklam, ani za zawartość
stron internetowych, do których
przekierowują linki umieszczone w
tych ogłoszeniach lub reklamach.

Treści zawarte w czasopiśmie nie
stanowią porady lekarskiej.
Wszelkie informacje związane ze
zdrowiem przed zastosowaniem
należy skonsultować z lekarzem.

Wodzisław Śląski, 26 września 2019

The background of the entire page is a close-up photograph of various green leaves. Some leaves are smooth and have prominent veins, while others have a more textured, almost bumpy surface. The leaves are in various shades of green, from bright lime to deep forest green. They are arranged in a way that frames the central white text area.

*Dziękujemy Ci, że czytasz i dzielisz się
czasopismem "Dla ciała i duszy" z
innymi. Możesz wysyłać link do tego
czasopisma komu tylko zechcesz.*

Oto link do tego numeru:

[https://pobierz.dlacialaiduszy.pl/2019/Dla Ciała i Duszy Nr8 2019.pdf](https://pobierz.dlacialaiduszy.pl/2019/Dla_Ciala_i_Duszy_Nr8_2019.pdf)

- Wysyłaj link e-mailem.
- Udostępniaj link na stronie www.
- Udostępniaj link na portalu społecznościowym.
- Udostępniaj link jak tylko chcesz.